

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет спеціальної освіти, психології і соціальної роботи
Кафедра загальної та практичної психології

Кваліфікаційна робота
(магістра)

з теми: **«ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕЖИВАННЯ
ЛЮДИНОЮ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ»**

Виконав: студент 2 курсу
Ps2-M23z групи
спеціальності 053 Психологія
Бринський Владислав Юрієвич

Керівник:
Куриця Денис Іванович,
кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри
загальної та практичної психології

Рецензент:
Гудима Олександр Васильович
кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри загальної
та практичної психології

Кам'янець-Подільський – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ.....	7
1.1. Аналіз класифікацій кризових ситуацій	7
1.2. Вивчення стратегій подолання кризових ситуацій	20
1.3. Аналіз особливостей посткризового відновлення	32
Висновки до розділу 1.....	39
РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВИВЧЕННЯ ПЕРЕЖИВАННЯ ЛЮДИНОЮ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ.....	41
2.1. Методика експерименту	41
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	45
Висновки до розділу 2.....	49
РОЗДІЛ III. МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ТРЕНІНГІУ	51
3.1 Тренінг посттравматичного зростання.....	51
3.2. Психотерапевтичні програми майнфулнесс підходу.....	56
Висновки до розділу 3.....	75
ВИСНОВКИ.....	77
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	80
ДОДАТКИ.....	87

ВСТУП

Протягом життя практично кожна людина стикається з кризовими ситуаціями різного характеру. Однак не всі можуть впоратися з ними самотійно. У такі складні моменти життя може бути корисною професійна допомога психолога. Для надання ефективної підтримки важливо використовувати відповідні психологічні методи, а також розуміти психологічну суть кризи, її специфіку та особливості перебігу.

Вивчення особливостей поведінки людини у кризових ситуаціях завжди привертало увагу науковців. Було проведено багато емпіричних досліджень, які охоплюють різні аспекти стресу, складних життєвих обставин та копінг-стратегії. Значну увагу також приділяють розробці програм управління стресом і відновлення після нього. Проте, незважаючи на значний обсяг і різноманітність досліджень у цій сфері, залишається чимало недосліджених аспектів. Зокрема, це стосується сучасних зарубіжних робіт, які вивчають стрес і способи його подолання, а також можливостей їх адаптації до реалій сучасної України.

Схожа ситуація спостерігається і в галузі психодіагностики. Хоча з'являється все більше нових методик і опитувальників для діагностики поведінки у стресових ситуаціях, багато психологів, включно зі студентами та аспірантами, продовжують користуватися застарілими тестами. При цьому часто ігноруються сучасні підходи до їх використання або нові, вдосконалені методики, адаптовані до сучасних умов. Особливо це актуально для діагностики стресових розладів і дослідження посттравматичного стресового розладу, який наразі є дуже актуальним в Україні. Останніми роками питання життєвих криз, їх переживання та подолання стали об'єктом активного дослідження як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології. Аналіз досліджень свідчить, що різні концептуальні підходи у своїй сукупності формують складну багаторівневу систему, яка є основою для методологічного вивчення цих явищ. На нашу думку, молодь

є найбільш вразливою до життєвих криз. Це зумовлено прагненням до самоствердження та досягнення успіху, властивим юнацьким максималізмом, а також браком життєвого досвіду. Такі особливості часто спричиняють негнучкість і деструктивність у виборі стратегій подолання труднощів.

Цікавими та актуальними є наукові дослідження українських психологів останніх років, зокрема роботи В. Кириченко, І. Ляковської, А. Овсички, Л. Шевченко, І. Щербакової та інших. У цих дослідженнях глибоко аналізуються різні аспекти кризових явищ: духовні, професійні, вікові, смислотвірні та інші їхні виміри.

Феноменологія кризових і життєвих ситуацій детально описана, визначені етапи їхнього розвитку, а також психологічні, фізіологічні та поведінкові прояви. Особлива увага приділена дослідженню пускових механізмів цих явищ, чим займалися як вітчизняні, так і зарубіжні вчені, серед яких Р. Ассаджіолі, Ф. Василюк, К. Гроф, В. Ільїна, Е. Йоманс, О. Кружкова, Я. Нефагіна, О. Огнєв, О. Хухлаєва, І. Щербакова, а також K. James, A. Roberts, E. Wainrib.

Актуальність проблеми зумовлена тим, що молодь, стикаючись із життєвими кризами, намагається долати їх самостійно, часто вдаючись до методу «спроб і помилок», завдяки чому поступово набуває власного досвіду подолання таких ситуацій. Однак молоді люди часто не знають, до кого звернутися за допомогою, або не вміють цього робити. Як наслідок, подібний хаотичний підхід може викликати розчарування, тривожність, нервові напруження, невпевненість у собі, а іноді й агресивність чи негативізм. Це може негативно впливати як на особистісний розвиток, так і на стиль життя та поведінку. На наш погляд існує потреба структурувати цей процес, запроваджуючи спеціальну підготовку молоді до можливих життєвих криз, їх переживання та ефективного психологічного подолання.

Актуальність та недостатня розробленість окресленої проблеми визначили вибір нашої теми дослідження «Психологічне дослідження переживання людиною кризових ситуацій».

Об’єкт дослідження: особливості перебігу кризових ситуацій.

Предмет дослідження: психологічні особливості переживання кризових ситуацій.

Мета дослідження: вивчення психологічних особливостей перебігу кризових ситуацій.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз теоретичних аспектів вивчення кризових ситуацій.
2. Провести експериментальне дослідження переживання людиною кризових ситуацій.
3. Проаналізувати методичні підходи до організації тренінгів.

Для реалізації поставлених завдань було застосовано наступні методи дослідження:

теоретичні: аналіз, класифікація, систематизація, порівняння й узагальнення теоретичних та експериментальних даних з проблеми дослідження;

емпіричні: тестування; констатувальний експеримент.

Апробація дослідження. Результати дослідження апробовані на X Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців», 19 листопада 2024 року, м. Кам’янець-Подільський з публікацією матеріалів: Куриця Д.І., Бринський В.Ю. Класифікації кризових ситуацій. *Актуальні проблеми сучасної психології : перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців* : Матеріали X Міжнародної науково-практичної конференції, 19 листопада 2024 р. / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам’янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2024. С. 41-43.

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів та висновків до них, загального висновку, списку використаних джерел та додатків.

ВИСНОВКИ

Дослідження людської поведінки в кризових ситуаціях завжди викликало інтерес у науковій спільноті. Було проведено чимало емпіричних робіт, присвячених різним аспектам стресу, складних життєвих обставин і копінг-стратегій. Велику увагу приділяють також створенню програм для управління стресом і відновлення після нього. Однак, попри значну кількість і різноманітність таких досліджень, залишаються невирішені питання. Зокрема, це стосується сучасних закордонних досліджень, що аналізують стрес і методи його подолання, а також їх адаптації до умов сучасної України.

Актуальність проблеми полягає в тому, що молодь, стикаючись із життєвими кризами, часто намагається вирішувати їх самотужки, використовуючи метод «спроб і помилок», що дозволяє поступово накопичувати власний досвід у подоланні таких ситуацій. Водночас молоді люди часто не знають, до кого звернутися по допомогу, або не мають навичок для цього. Як результат, такий хаотичний підхід може призводити до розчарувань, тривожності, підвищеного стресу, невпевненості в собі, а іноді – до агресії чи негативізму. Це, у свою чергу, негативно впливає як на особистісний розвиток, так і на стиль життя та поведінку. На нашу думку, існує необхідність у систематизації цього процесу шляхом впровадження спеціальної підготовки молоді до життєвих криз, їх осмислення та ефективного психологічного подолання.

У кризових ситуаціях людина нерідко стикається з фізичним і психологічним перевантаженням, намагаючись подолати стрес. Емоційна напруга і стрес можуть як стимулювати адаптацію до нових умов, так і призводити до зриву, що суттєво впливає на здатність виконувати повсякденні функції. Деякі обставини викликають стрес у будь-якої людини, проте кризовими вони стають для тих, хто через індивідуальні особливості є більш чутливим до подібних ситуацій.

У науковій психологічній літературі виділяють кілька видів криз, які переживають майже всі люди: кризи переосмислення сенсу життя, вікові кризи, кризи у стосунках, деприваційні кризи, травматичні кризи, а також моральні й етичні кризи.

Криза являє собою специфічну реакцію особистості на обставини, які вимагають переосмислення способу життя, стилю мислення, а також ставлення до себе, оточення та ключових екзистенційних питань.

З теоретичної точки зору життєві події вважаються стресовими, якщо вони створюють потенційну або реальну загрозу задоволенню базових потреб і викликають труднощі, які неможливо уникнути або вирішити за допомогою звичних адаптивних механізмів.

Кризи є невід'ємною складовою життя кожної людини, оскільки вони становлять важливий етап у процесі індивідуалізації, соціально-психологічного розвитку та формування особистості або групи. Вони виступають критичним моментом, що водночас є поворотною точкою на життєвому шляху.

З метою дослідження особливостей психологічного подолання життєвих криз було обрано такі методики:

1. Методика «Індикатор копінг-стратегій» (Дж. Амірхана), розроблена емпіричним шляхом. Вона дозволяє виокремити три основні копінг-стратегії: розв'язання проблем, пошук соціальної підтримки та уникнення.

2. Методика дослідження локусу контролю, яка розглядає двополярну характеристику особистості: інтернальний і екстернальний локус контролю.

3. Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації, що оцінює здатність людини долати стрес і адаптуватися до соціальних умов.

Результати дослідження вказують на гендерні відмінності у виборі копінг-стратегій та рівні стресостійкості:

- Для чоловіків найхарактернішою є стратегія «розв'язання проблем» (75%), тоді як серед жінок вона спостерігається лише у 20% випадків.

- Пошук соціальної підтримки у чоловіків проявляється на рівні 10%, тоді як у жінок – 67,5%.

- Щодо стійкості до стресу, у чоловіків переважає високий рівень опірності стресу (45%), тоді як у жінок частіше зустрічається середній (пороговий) рівень стресостійкості – 65%.

Ці дані демонструють суттєві відмінності у психологічних реакціях чоловіків і жінок на життєві кризи, що слід враховувати при розробці програм допомоги та підтримки.

Тренінг із посттравматичного зростання спрямований на надання підтримки людям, які пережили фізичні або психологічні травми. Його основна мета — сприяти відновленню, розвитку психологічної стійкості, покращенню здатності до соціальної адаптації та формуванню позитивного емоційного стану.

У ході тренінгу учасники здійснюють когнітивне переосмислення пережитих подій, знаходять позитивні аспекти травматичного досвіду для зміни світогляду та створюють новий план життя.

Основні теми тренінгу включають:

- Переосмислення сенсу життя та коригування життєвих пріоритетів.
- Визнання травми як можливості для особистісного зростання.
- Формування нового уявлення про себе.
- Прийняття свого тіла та підвищення самооцінки.

Цей підхід допомагає учасникам трансформувати травматичний досвід у ресурс для подальшого розвитку й позитивних змін.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аршава І.Ф., Амінєва Я.Р. Сучасний стан дослідження проблеми подолання особистістю складних життєвих ситуацій. Вісник НА ДПС України. Психологічні науки. 2012. № 5. [Електрон. ресурс]. Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2012_5_28
2. Афоніна І.Ю. Копінг-ресурси особистості як складові інтегрованої поведінки в процесі адаптації до важких життєвих обставин. Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2013. № 1 (30). С. 30–38.
3. Балл Г.А. Феномен вибору в контексті соціальної поведінки. Соціальна психологія. 2005. № 1 (9). С. 3–13.
4. Білова М.Е. Психологічні особливості осіб з різним рівнем стресостійкості (на прикладі працівників стресогенних професій) : автореф. дис на здобуття наук. ступеня: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К.Д. Ушинського. Одеса. 2007. 20 с.
5. Білоус Р.М. Вплив часової перспективи на життєстійкість молоді. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. № 3(38). Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. С. 46–54.
6. Блинова О.Є. Криза ідентичності особистості у нестабільні періоди розвитку суспільства. Вісник Одеського національного університету. Том 18. Вип. 22. Частина 1. Одеса : Астропринт, 2013. С. 30–38.
7. Бондаренко О.Ф. Метапсихологічний контекст психологічної допомоги. Педагогіка і психологія. 2002. № 4. С. 4–12.
8. Бондарчук О.І. Експериментальна психологія : курс лекцій. Київ : МАУП, 2003. 120 с.
9. Боришевський М.Й. Психологічні механізми розвитку особистості. Педагогіка і психологія. 1996. № 3. С. 26–33.

10. Бочелюк В.Й. Соціально-психологічні особливості самореалізації особистості в сучасному суспільстві : монографія / Під ред. В.Й. Бочелюка. [2-е вид. перероб. і доп.]. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2016. 280 с.

11. Бояин Л.В. Соціально-психологічні особливості ціннісних орієнтацій студентської молоді та їх адаптації до волонтерської діяльності. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. № 2 (37). С. 37–43.

12. Бринза І.В. Особливості переживання професійної кризи у осіб з різним типом емоційності : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» Київ, 2000. 16 с.

13. Варбан Є.О. Психодіагностика стратегій подолання критичних життєвих ситуацій : деякі підходи та методи. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 12, Психологічні науки. Київ, 2007. № 17 (41), ч. 2. С. 177–182.

14. Варбан Є.О. Стратегії подолання життєвих криз в юнацькому віці : автореф. дис... к. психол. н. : спец. 19.00.07. Педагогічна та вікова психологія. Київ. 2009. 25 с.

15. Варій М.Й. Енергетична концепція психіки і психічного. Монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2009. 318 с.

16. Варій М.Й. Загальна психологія : підручник : у 2 т. 5-те вид., виправл. і доповн. Львів : Апріорі, 2016. Т. 1. 382 с.

17. Варій М.Й. Психічна травма в енергетичній концепції психіки і психічного. Особистість у кризових ситуаціях та критичних ситуаціях життя : збірник наукових праць. [За ред. Кузікової С.Б., Щербакової І.М.]. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2016. С. 16–20.

18. Варій М.Й. Психологічні механізми чи псі-програми? Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія

психологічна : збірник наукових праць / головний редактор М.Й. Варій. Львів : ЛьвДУВС, 2011. Вип. 1. С. 3–17.

19. Варій М.Й. Психологія особистості : підручник. Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2016. 608 с.

20. Варій М.Й. Теоретико-методологічні засади психоенергетичної концепції психіки і психічного. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. Збірник наукових праць. Головний редактор В.Л. Ортинський. Львів : ЛьвДУВС, 2007. Вип. 1. С. 3–16.

21. Виноградова Л.В. Когнітивні аспекти суб'єктивного відображення емоційно-важких життєвих ситуацій : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» Виноградова Лариса Віталіївна. Київ, 1995. 24 с.

22. Вірна Ж.П. Формування особистісного простору: оцінка, тенденції і закономірності. Ж.П. Вірна, В.В. Коширець. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. № 1(36). Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. С. 75–94.

23. Гошовська Д.Т. Психологічна реінтеграція особистості в умовах глобальних трансформацій : засадові положення. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. № 3 (38). Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. С. 134–142.

24. Діденко О.І. Психологічний портрет особи : досвід та проблеми. Теоретичні і прикладні проблеми психол. : Зб. наук. праць СНУ ім. В. Даля. Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2004. № 2 (7). С. 23–28.

25. Дуткевич Т.В. Загальна психологія. Теоретичний курс : навч. посіб для студентів / Дуткевич Т. В. : Кам'янець-Подільський нац. університет ім. Івана Огієнка, Факультет корекц. та соц. педагогіки та психології, каф. психології освіти. Кам'янець-Подільський : Звойленко Д.Г.

[вид.], 2015. – 431 с.

26. Єфімова О.А. Особистісні чинники переживання психотравмуючих ситуацій. Проблеми гуманітарних наук : наук. записки Дрогобицького держ. пед. ун-ту. Дрогобич, 2001. № 7. С. 85–94.

27. Єфімова О.А. Роль емоційності у переживанні психотравмуючих ситуацій. Вісник Харківського державного університету. Х., 1999. № 439'99. С. 194–197.

28. Заїка В.М. Особливості трансформації особистості людини в ході вирішення життєвої кризи. Полтава, 2006. 100 с.

29. Злобіна О.Г. Особистість як суб'єкт соціальних змін. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2004. 400 с.

30. Карпиловська С.Я. Термінальний період в житті людини. Життєві кризи особистості : наук.-метод. посіб. : у 2 ч. Ін-т змісту і методів навчання; В.М. Доній, Г.М. Несен, Л.В. Сохань [та ін.]. Київ. 1998. Ч. 1: Психологія життєвих криз особистості. С. 239–249.

31. Кириченко В.В. Практичні аспекти ціннісної підтримки особистості у процесі переживання кризи професійної адаптації. Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ : Видавництво «Фенікс», 2015. Т. XII. Психологія творчості. Випуск 21. С. 124–132; 132–140.

32. Кириченко В.В. Практичні аспекти ціннісної підтримки особистості у процесі переживання кризи професійної адаптації. Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ : Видавництво «Фенікс», 2015. Т. XII. Випуск 21. С. 124-132.

33. Кокун О.М. Аналіз поняття адаптаційних можливостей людини. Проблеми заг. та пед. психол. : зб. наук. праць Ін-ту психол. ім. Г.С. Костюка АПН України. За ред. С.Д. Максименка. Київ : Гнозис, 2002. Т. IV. Ч. 5. С. 137–140.

34. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ. 2009. 40 с.

35. Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці : монографія. Суми : Вид-во «МакДен», 2012. 410 с.

36. Кузікова С.Б. Стагнація самозмінювання як механізм кризоутворення на життєвому шляху особистості. Особистість у кризових ситуаціях та критичних ситуаціях життя : збірник наукових праць. [За ред. Кузікової С.Б., Щербакової І.М.]. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2016. С. 58–62.

37. Кузнецов М.А. Психічні стани студентів у процесі навчально-пізнавальної діяльності. М.А. Кузнецов, К.І. Фоменко, О.І. Кузнецов. Х : ХНПУ, 2015. 338 с.

38. Кузнецов М.А. Шкільні страхи: Види, умови прояву та шляхи подолання. М.А. Кузнецов, І.В. Бабарикіна. Харків : ХНПУ, 2012. 227 с.

39. Кузьменко М.Д., Зубовський Д.С. Феномен посттравматичного зростання : основна характеристика. Збірник матеріалів V Міжнародної наук.-практ. конференції «Соціалізація і ресоціалізація особистості в умовах сучасного суспільства» (Київ, 11–12 листопада 2016 р.). Київ. 2016. 182 с.

40. Лесков В.О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук. Хмельницький, 2008. 22 с.

41. Ляковська І.Л. Психологічні особливості типів переживання кризи середнього віку. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. 41 (2013). С. 120–129.

42. Максименко С.Д. Експериментальна психологія [Текст] : підручник. Київ : МАУП, 2002. 128 с.

43. Максименко С.Д. Основи загальної психології [Текст] : підручник. Київ : Либідь, 1998. 416 с.
44. Максименко С.Д. Розвиток психіки в онтогенезі : в 2 т. / С.Д. Максименко. Т. 1 : Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. Київ : Форум, 2002. 319 с.
45. Моргун В.Ф. Кризові та еволюційні періоди розвитку особистості від народження до смерті : психологія людської долі. Єдність педагогіки і психології у цілісному навчально-виховному процесі : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (4-5 квітня 1995 р.) / за ред. А.М. Бойко. Полтава, 2005. С. 135-139.
46. Овсичка А.В. Особливості цілепокладання особистості в умовах кризи. Вісник Одеського національного університету. Том 14. № 17. 2010. С. 372–380.
47. Осьодло В.І. Суб'єктна активність особистості як психологічна проблема [Текст]. Наукові записки Харківського університету Повітряних Сил. Соціальна філософія, психологія. Харків : ХУПС, 2007. Вип. 2 (28). С. 170–182.
48. Паронянц Т.П. Виникнення і прояв післятравматичних стресових розладів у працівників органів внутрішніх справ в умовах виконання миротворчої місії ООН (на прикладі колишньої Югославії) : дис. канд. психол. наук. Харків, 2004. 21 с.
49. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. [Корольчук М.С., Крайнюк В.М., Косенко А.Ф., Кочергіна Т.І.]; за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Інкос, 2002. 272 с.
50. Психологія життєвої кризи. Відп. ред. Т.М. Титаренко. Київ : Агропромвидав України, 1998. 348 с.
51. Середницька І. Психологічні особливості осіб з різним рівнем і типом кризи ідентичності. Наука і освіта. № 6–7. 2004. С. 261–264.
52. Сивогракова З.А. Особливості поведінкових стратегій подолання складних життєвих ситуацій студентами вищих навчальних закладів (на

прикладі студентів технічного ВНЗ). Проблеми інженерно-педагогічної освіти. Харків : УПА, 2006. № 14–15. С. 390–399.

53. Терлецька Л.Г. Психічне здоров'я особистості. Технологія самоаналізу : [монографія]. Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2003. 150 с.

54. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. Київ : Главник, 2017. 144 с.

55. Титаренко Т.М. Життєва криза очима психолога. Психологія життєвої кризи. ред. Т. М. Титаренко. Київ : Агропромвидав України, 1998. С. 8–68.

56. Шевченко Л.О. Життєва криза особистості злочинниць та можливості її корекції за умов депривації. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія. 39 (2011). С. 196–209.

57. Щербакова І.М. Подолання духовної кризи особистості в умовах сьогодення. Гілея : науковий вісник : [Зб. наук. пр.]. Київ : ВІР УАН, 2011. Випуск 43. С. 308–315.

58. Щербакова І.М. Роль освіти у подоланні духовної кризи особистості. Гілея : науковий вісник: [Зб. наук. пр.]. Київ : ВІР УАН, 2010. Випуск 42. С. 460–467.

59. Щербина Л.Ф. Методологія психологічної допомоги. Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Ін-ту психол. ім. Г.С. Костюка АПН України. За ред. С.Д. Максименка. Київ : Міленіум, 2007. Т. IX. Ч. 7. С. 317–329.

60. Юр'єва Л.М. Кризові стани : [монографія]. Дніпропетровськ : Арт-Прес, 2018. 164 с.